

**BIMBINGAN KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK GESTALT UNTUK
MENINGKATKAN SELF CONTROL SEORANG PRIA DI DUSUN
KRPAK KEDUNG GABUS BANDAR KEDUNG MULYO JOMBANG**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana
Sosial (S.Sos)**



Oleh:

**Ana Laksana Wati
B03215004**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**

2019

**PERNYATAAN
PERTANGGUNG JAWABAN PENULIS SKRIPSI**

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Ana Laksana Wati

NIM : B00215004

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat : Jl. Raya Brangkal RT.02/RW 02 Bandarkedung Mulyo Jombang

Menyatakan dengan ini sesungguhnya bahwa:

1. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi mana pun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
2. Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atas karya orang lain.
3. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini sebagai hasil plagiasi, saya akan bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Surabaya, 22 Januari 2019

Yang menyatakan,



Ana Laksana Wati

NIM.B03215004

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Ana Laksana Wati
NIM : B03215004
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul : Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Terapi Gestalt Untuk Meningkatkan Self Control Seorang Pemuda Bekerja di Salon dan Hair Staylist Di Dusun Krapak Kedung Gabus BandarKedung Mulyo Jombang.

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen Pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 22 Januari 2018

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing,



Drs. H. Cholil M.Pd.I
NIP.196506151993031005

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi oleh Ana Laksana Wati ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Skripsi

Surabaya, 4 Februari 2019

Mengesahkan,

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel

Fakultas Dakwah dan Komunikasi



Dekan

Dr. H. Abdul Halim M.Ag
NIP.196307251991031003

Penguji I,

Drs. H. Cholil, M.Pd.I
NIP.196506151993031005

Penguji II

Dra. Ragwan Albaar, M.Fil.I
NIP.196303031992032002

Penguji III

Dr. H. Abd. Syakur, M.Ag
NIP.1996607042003021001

Penguji IV

Dra. Faizah Noer Laila, M.Si
NIP.1960121119920320



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Ana Laksana Wati
NIM : B0325004
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/ Bimbingan Konseling Islam
E-mail address : analaksanawati@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☐ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Bimbingan Konseling Islam Dengan Teknik Gestalt Untuk Meningkatkan Self Control Seorang Pria Di Dusun Krapak Kedung Gabus Bandar Kedungmulyo Jombang

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 11, Februari 2019

Penulis

(Ana Laksana Wati)

ABSTRAK

Ana Laksana wati (B03215004), Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Terapi Gestalt untuk Meningkatkan Self Control Seorang Pemuda Bekerja di Salon dan Hair Staylist di Dusun Krapak Kedung Gabus Bandarkedung Mulyo Jombang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui (1) Bagaimana gejala yang nampak pada seorang pemuda yang kurang memiliki Self Control?, (2) Bagaimana Proses Bimbingan konseling Islam dengan terapi Gestalt untuk meningkatkan Self Control seorang Pemuda Di Dusun Krapak Kedung Gabus Bandarkedung Mulyo Jombang ?, (3) bagaimana hasil proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Gestalt untuk meningkatkan Self Control seorang anak diDusun Kedung Gabus BandarKedung Mulyo Jombang ?

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus bab di analisa menggunakan deskriptif komperatif. Adapun pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Dalam penelitian ini disimpulkan bahwa seorang pemuda yang kurang *Self Control* nya terlihat dari beberapa indikasi yang muncul yang mengarahkan pada ketidakmampuan untuk mengontrol dirinya dan tidak bisa mengantisipasi peristiwa yang terjadi pada dirinya. Penelitian ini menggunakan terapi Gestalt dimana lebih menekankan pada *topdog/underdog* mengarahkan konseli agar bisa menjadi lebih baik lagi dalam hal penampilan dan gaya berbusana serta gaya lembek seperti halnya perempuan. Hasil akhir dari penelitian ini cukup berhasil dengan prosentase 75%, dimana hasil tersebut dapat dilihat dari adanya perubahan indikasi yang terjadi pada konseli tersebut.

Kata kunci: Bimbingan Konseling Islam, terapi Gestalt, *Self Control*

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI	ii
PENGESAHAN.....	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN.....	v
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI.....	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat penelitian	4
E. Definisi Konsep	5
F. Metode Penelitian	7
1. Pendekatan dan jenis penelitian	7
2. Subjek penelitian	8
3. Jenis dan sumber data.....	9
4. Tahap pra lapangan	11
5. Teknik pengumpulan data	12
6. Teknik analisa data.....	15
7. Teknik keabsahan data	16
G. Sistematika Pembahasan.....	19
BAB II KAJIAN PUSAKA.....	21
A. Kajian teoritik.....	21
1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam	21
a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam.....	21
b. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam	23
c. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam.....	24
d. Unsur-unsur Bimbingan dan Konseling Islam.....	26
e. Prinsip-prinsip Bimbingan dan Konseling Islam.....	36

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang Masalah

Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada setiap individu agar dapat mengembangkan potensi dan fitrah yang telah dimiliki secara optimal. Bantuan itu berbentuk pemberian dorongan dan pendampingan, kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama berada dalam proses kehidupan termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan tempat tinggalnya. Tujuan pokok seseorang yang memiliki kontrol diri akan dapat melakukan tindakan berupa mengendalikan perilaku, kontrol diri sering kali diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah yang lebih positif. Kontrol diri mengandung arti mengatur sendiri tingkah laku yang dimiliki. ¹Menurut Ghufroon kontrol diri merupakan suatu aktifitas pengendalian tingkah laku untuk melakukan pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. ² *Self control* merupakan kemampuan untuk mengendalikan dirinya sendiri secara sadar agar dapat menghasilkan perilaku yang tidak merugikan orang lain sehingga sesuai dengan norma sosial dan dapat diterima oleh lingkungan.

Mengapa penting memiliki *self control* ? pertama kontrol diri penting dalam hubungan sosial seseorang dengan orang lain (interaksi sosial). Hal ini

¹ Kartini Kartono dan Dali Gulo, *Kamus Psikolgi*, (Bandung: Pionir Java, 1987), hal. 441

² M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta:Ar-Ruz Media, 2011), hal. 25-26

B. Rumusan Masalah

1. Apa saja gejala yang tampak pada seorang pria yang kurang memiliki *self control*?

[illegible]

- ### C. Tujuan penelitian

1. Untuk mengetahui gejala yang tampak pada seorang pria yang kurang memiliki Self Control.
2. Untuk mengetahui proses Bimbingan Konseling Islam dengan terapi Gestalt untuk meningkatkan Self Control seorang pria di Dusun Krapak Kedung Gabus BandarKedungmulyo Jombang.
3. Untuk mengetahui hasil dari proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi Gestalt untuk meningkatkan Self Control seorang pria di Dusun Krapak Gedung Gabus BandarKedungmulyo Jombang.

1. Manfaat teoritik

- [illegible]

a. Konselor

b. Bagi Klien

c. Bagi Konselor

E. Definisi Konsep

1. Bimbingan dan Konseling Islam

[illegible]

keagamaan senantiasa dengan ketentuan-ketentuan dan petunjuk dari Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup didunia dan akhirat⁵.

Bimbingan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terarah dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi dan fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung didalam Al-qur'an dan hadist Rosulullah SAW kedalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dengan tuntunan Al-Qur'an dan Hadist⁶.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa Bimbingan Konseling Islam adalah proses bantuan kepada setiap individu maupun kelompok secara continue dan sistematis agar dapat menghadapi persoalan atau konflik dengan baik. Dalam hal ini Bimbingan Konseling Islam digunakan untuk memberikan arahan dan bimbingan agar klien menyadari dirinya sebagai hamba Allah yang senantiasa bisa lebih tegar dan sabar atas segala ketentuan-ketentuan Allah sehingga klien bisa meningkatkan kemampuan dan fungsi mentalnya.

2. Terapi Gestalt

Terapi ini dikembangkan oleh Frederick S. Pearls (1894-1970) terapi gestalt menekankan pada “apa” dan “bagaimana” dari pengalaman masa kini untuk membantu klien menerima perbedaan-perbedaan mereka. Menurut Pearls individu yang sehat adalah yang seimbang antara ikatan organisme dengan lingkungan . oleh karena itu pertentangan antara keberadaan sosial

⁵ Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UUI PRESS 2004), hal.4

⁶ Samsul Munir Amir, *Bimbingan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), hal.23

Chaplin menegaskan pengertian *Self Control* merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekankan atau tingkah laku Implusif. *Self Control* ialah kemampuan untuk menanggukkan kesenangan naluriah langsung dan kepuasan untuk memperoleh tujuan masa depan, yang biasanya dinilai secara sosial. Orang yang menjalankan control diri ini mencakup cara lain untuk menyatakan masalah hubungan antarakepribadian yang istimewa yang menghadapi kebutuhan kolektif untuk konformitas, dan ganjaran sosial yang dapat timbul karena menanggukkan pemuasan naluriah⁹. Jadi dapat di simpulkan kontrol diri merupakan pengendalian tingkah laku.

1. Pendekatan dan jenis penelitian

Pendekatan dan Jenis penelitian ini adalah kualitatif, karena data yang dikumpulkan dalam bentuk berdasarkan fenomena yang terjadi. Penelitian kualitatif merupakan suatu penelitian yang menghasilkan prosedur data

⁹ Danuyasa Asiwardji, *Ensiklopedi Psikologi* (Jakarta: Arcan, 1996), hal.272-273

deskriptif yang berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang dan perilaku yang dapat diamati.¹⁰

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian studi kasus. Penelitian kasus (*casse study*) adalah penelitian tentang status subjek penelitian yang berkenaan dengan suatu fase spesifik atau khas dari keseluruhan atau khas dari keseluruhan personalitas. Adapun tujuan dari studi kasus ini adalah untuk memberikan gambaran secara detail mengenai latar belakang, sifat-sifat dan karakter-karakter yang khas dari kasus, ataupun status individu, yang kemudian dari sifat-sifat khas di atas akan dijadikan suatu hal yang bersifat umum.¹¹

Di Dusun Krapak Kedung Gabus Bandar KedungMulyo Jombang.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 3 tahapan dari penelitian. yang ditulis Lexy J. Moeleong dalam bukunya metode penelitian kualitatif

Ada enam tahap kegiatan yang harus dilakukan oleh penelitian dalam tahapan ini ditambah dengan satu pertimbangan yang perlu dipahami, yaitu etika penelitian lapangan. Kegiatan dan pertimbangan tersebut diuraikan berikut ini.¹²

1) Pada tahap ini digunakan untuk menyusun rencana penelitian. Dalam hal ini peneliti membuat susunan rencana penelitian apa yang akan diteliti ketika sudah terjun ke lapangan.

Dalam hal ini peneliti mulai memilih lapangan yang akan diteliti.

[illegible]

- 3) Mengurus perizinan Dalam hal ini peneliti mengurus surat-surat perizinan sebagai bentuk adminitrasi dalam penelitian sehingga dapat mempermudah kelancaran peneliti dalam melakukan penelitian.

- 4) Menjajaki dan memilih lapangan

Penjajakan dan penelitian lapangan akan terlaksana dengan baik apabila peneliti sudah membaca terlebih dahulu dari keputusan atau mengetahui melalui orang dalam situasi atau kondisi daerah tempat penelitian dilakukan.¹³ Dalam hal ini peneliti akan menjajaki dengan mencari informasi dari masyarakat tempat peneliti melakukan penelitian.

- 5) Memilih dan memanfaatkan informan

Dalam hal ini peneliti memilih dan memanfaatkan informan guna mendapatkan informasi tentang situasi dan kondisi lapangan.

- 6) Menyiapkan perlengkapan

Dalam hal ini peneliti menyiapkan alat-alat untuk keperluan penelitian seperti alat-alat tulis, dan lain-lain.

- ## 7) Persoalan Etika penelitian

Persoalan etika akan timbul apabila peneliti tidak menghormati, tidak mematuhi, dan tidak mengindahkan nilai-nilai masyarakat dan pribadi tersebut. Dalam hal ini peneliti harus dapat menyesuaikan norma-norma dan nilai-nilai yang ada di latar penelitian.¹⁴

¹³ J. Moelong, *Metode Penelitian Kualitatif*, hal.134

¹⁴ M. Suparmoko, Metode Penelitian Praktis (Yogyakarta: BPEE,1995), hal.5

Wawancara merupakan satu metode pengumpulan data yang dilakukan dengan jalan mengadakan komunikasi dengan sumber data dengan dialog Tanya jawab secara lisan baik langsung maupun tidak langsung.¹⁸ Dalam penelitian ini wawancara dilakukan untuk mendapatkan informasi secara mendalam pada diri klien yang meliputi: identitas diri klien, kondisi keluarga klien lingkungan dan ekonomi klien, serta deskripsi permasalahan yang dialami klien. selain mendapatkan informasi mengenai klien wawancara juga dilakukan untuk mendapatkan data tentang deskripsi lokasi penelitian.

Teknik pengumpulan data dengan dokumentasi ialah pengambilan data yang diperoleh melalui dokumen-dokumen.¹⁹ Dalam penelitian ini, dokumentasi dilakukan untuk mendapatkan gambaran tentang lokasi penelitian yang meliputi: luas wilayah penelitian, jumlah penduduk batas wilayah kondisi geografis Dusun Krapak Kedung Gabus Bandar Kedungmulyo Jombang serta data lain yang menjadi data pendukung dalam lapangan penelitian. Untuk

¹⁹ Husaini Usman dan Purnomo Setiady Akbar, *Metodologi Penelitian Sosial* (Jakarta: Bumi Aksara, 1995), hal.73

mengetahui lebih lanjut tentang proses teknik pengumpulan data dapat dilihat melalui tabel sebagai berikut:

Tabel 1.1

Jenis Data, Sumber Data dan Teknik Pengumpulan Data

No	Jenis Data	Sumber Data	TPD
1	a. Identitas Klien b. Tempat tanggal lahir Klien c. Usia Klien d. Pendidikan klien e. Masalah yang dihadapi Klien f. Proses konseling yang dilakukan	Klien	W + O
2	a. Identitas konselor b. pendidikan konselor c. Usia Konselor d. Pengalaman dan proses Konseling yang dilakukan	Konselor	W + O

keikutsertaan berarti peneliti berada dilapangan sampai pengumpulan data tercapai.²³

b) Ketekunan pengamatan

Ketekunan pengamatan yang dimaksud disini adalah mencari dan menemukan gejala-gejala beserta situasi yang sangat relevan dengan persoalan atau isu yang sedang dicari dan kemudian memusatkan diri pada hal-hal tersebut secara rinci. Dengan kata lain, jika perpanjangan penelitian menyediakan data yang lengkap, maka ketekunan pengamatan menyediakan pendalaman data.²⁴ Ketekunan pengamatan dilakukan peneliti untuk mencari dan menemukan seberapa gejala kurangnya *Self Control* yang dialami oleh Klien, mulai dari apa yang menjadi penyebab klien kurang memiliki *Self Control*. Ini dilakukan sampai ditemukan titik kebenaran. Penelitian terus menggali dan mendalami data mengenai Klien jika terlihat masih ada.

c) Triangulasi

Trianggulasi adalah tehnik pemeriksaan kebsahan data yang memanfaatkan suatu yang lain.²⁵ Maksudnya pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu. Dengan demikian terdapat trianggulasi sumber, trianggulasi tehnik pengumpulan data dan waktu.²⁶

- 1) Trianggulasi dengan sumber yakni menguji keabsahan data yang dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh dari beberapa sumber.²⁷

Hal itu dapat dicapai dengan jalan:a. Membandingkan data hasil

²³ Lexi J. Moelong, *Metedologi Penelitian Kualitatif*, hal,327

²⁴ Lexi J. Moelong, *Metedologi Penelitian Kualitatif*, hal.329-330

²⁵ Lexi J. Moelong, *Metedologi Penelitian Kualitatif*, hal,330.

²⁶ Sugiono, *Metedologi Penelitian Kualitatif*, hal,273.

²⁷ Sugiono, *Metedologi Penelitian Kualitatif*, hal,274.

Yakni mengecek data kepada sumber yang sama namun dengan tehnik yang berbeda. Misalnya, data diperoleh dengan wawancara, lalu dicek dengan observasi dan dokumentasi. Jika dengan ketiga tehnik data hasilnya berbeda-beda, maka peneliti melakukan diskusi lebih lanjut kepada sumber data yang bersangkutan, untuk memastikan data mana yang dianggap benar, atau mungkin semuanya benar, karena sudut pandang yang berbeda-beda.²⁹

Waktu juga sering mempengaruhi kredibilitas data. Untuk itu dalam rangka pengujian kredibilitas dapat dilakukan pengecekan wawancara, observasi atau tehnik lain dalam waktu atau situasi yang berbeda, maka dilakukan secara berulang-ulang sampai ditemukan kepastian datanya.³⁰ Trianggulasi yang peneliti terapkan dalam peneliti ini adalah triangulasi sumber, tehnik dan waktu. Dalam triangulasi sumber peneliti membandingkan data hasil oservasi peneliti dengan data hasil wawancara dari klien, membndingkan apa yang dikatakan klien kepada orang lain

³⁰ Sugiono, *Metedologi Penelitian Kualitatif*, hal,274

dengan apa yang dikatakannya seara pribadi kepada konselor, memandangkan apa yang dikatakan informan tentang klien dengan keadaan klien yang sebenarnya. Sedangkan triangulasi tehnik dilakukan peneliti dengan memandangkan antara data hasil wawancara dengan hasil observasi peneliti, yakni pada satu kesempatan peneliti menggunakan wawancara, kadang pada kesempatan lain menggunakan observasi. Selanjutnya peneliti juga menggunakan triangulasi waktu yakni peneliti melakukan wawancara maupun observasi pada waktu yang berbeda, seperti saat wawancara di pagi hari pada saat klien masih segar, dengan membandingkan hasil wawancara saat sore hari. Triangulasi ini dilaukan untuk menutupi kelemahan dari suatu tehnik tertentu sehingga data yang diperoleh benar-benar akurat.

G. Sistematika Pembahasan

Susunan skripsi ini terbagi dalam tiga bab inti bagian, yaitu bagian awal bagian inti, bagian akhir.

Bagian inti berisi uraian penelitian mulai dari bagian pendahuluan sampai bagian penutup yang tertuang dalam bentuk bab-bab sebagai kesatuan.

Bab Pertama

Pendahuluan, pada bagian ini berisi mengenai latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, definisi operasional, metodologi penelitian, teknik analisis data dan diakhiri dengan sistematika penulisan yang menjelaskan mengenai gambaran mengenai isi dari masing-masing bab dalam penelitian ini.

Bab Kedua

TINJAUAN PUSAKA

A. Kajian Teoritik

1. Bimbingan dan Konseling Islam

a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Hamdani Bakran Adz-Dzaky mengatakan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah suatu aktivitas memberikan Bimbingan, pelajaran kepada individu (Klien) dala hal ini bagaimana seharusnya seorang klien dapat mengembangkan potensi akal pikirannya kejiwaannya keimanan serta keyakinan ddapat menanggulangi problem yang dihadapinya dalam kehidupan dengan baik dan benar secara mandiri berdasarkan Al-Qur'an³¹Firman Allah SWT dalam Surat Ali Imron ayat 112

ضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الدَّلِيلَةُ أَنَّهُمْ مَا تُقِفُوا إِلَّا بِحَبْلِ مِنَ اللَّهِ وَحَبْلٍ مِنَ النَّاسِ وَبَاءُوا بِغَضَبٍ

مَنْ اللَّهُ وَضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الْمَسْكَنَةُ ۚ ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ كَانُوا يَكْفُرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَيَقْتُلُونَ

الْأَنْبِيَاءَ بِغَيْرِ حَقٍّ ۚ ذَٰلِكَ بِمَا عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ (١١٢)

Artinya :“Mereka diliputi kehinaan di mana saja mereka berada, kecuali jika mereka berpegang kepada tali (agama) Allah dan tali (perjanjian) dengan manusia, dan mereka kembali mendapat kemurkaan dari Allah dan mereka diliputi kerendahan. Yang demikian itu karena mereka kafir kepada ayat-ayat Allah dan membunuh para nabi tanpa alasan yang benar.

³¹ Hamdani Bakran Adz-Daky, *Psikoterapi dan Konseling Islam*, hal-137

Menurut Samsul Munir Amin bimbingan dan konseling islam adalah proses pemberian bantuan terarah *continue* dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Qur'an dan Hadist Rasulullah ke dalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntutan Al-Qura'an dan Hadist.³²

Menurut Farid Mashudi, Konseling Islami dapat dikatakan sebagai proses untuk memberi bantuan kepada individu agar mampu mengembangkan kesadaran dan komitmen beragamanya (primordial kemakhlukan yang fitrah, tauhidullah) sebagai khalifah Allah yang bertanggung jawab untuk mewujudkan kesejahteraan bersama, baik secara fisis maupun jasmani, baik kebahagiaan dunia maupun akhirat³³.

Aunur Rahim Faqih menyatakan bahwa bimbingan dan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya dalam kehidupan keagamaan senantiasa selaras dengan ketentuan-ketentuan dan petunjuk dari Allah sehingga, dapat mencapai kebahagiaan hidup didunia dan akhirat.

³³ Mashudi, Farid, *Bimbingan dan Konseling*, hal. 245

Firman Allah Swt dalam Q.S Al-Hud ayat 93.

وَيَا قَوْمِ اعْمَلُوا عَلَىٰ مَكَانَتِكُمْ إِنِّي عَامِلٌ سَوْفَ تَعْلَمُونَ مَنْ يَأْتِيهِ عَذَابٌ يُحْزِيهِ

وَمَنْ هُوَ كَاذِبٌ ۖ وَارْتَقِبُوا إِنِّي مَعَكُمْ رَقِيبٌ (٩٣)

Artinya : dan (dia berkata): “ hai kaumku berbuatlah menurut kemampuanmu sesungguhnya akupun berbuat (pula). Kelak kamu akan mengetahui siapa yang akan ditimpa azab yang menghinakan dan siapa yang berdusta. Dan tunggulah azab (tuhan), sesungguhnya akupun menunggu bersama kamu.”

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, maka penulis menyimpulkan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah suatu tindakan bantuan oleh seorang ahli kepada individu, yang berupa nasehat, dukungan dan saran, untuk membantu memecahkan masalah yang dihadapi agar individu dapat mengoptimalkan potensi akal pikiran yang sesuai dengan Al- Qur'an dan As-Sunnah, agar memperoleh kebahagiaan dunia dan akhirat.³⁴

b. Tujuan Bimbingan dan Konselin Islam

Menurut Hallen dalam bukunya Bimbingan dan Konseling, merumuskan tujuan dari pelayanan Bimbingan dan Konseling Islam yakni untuk meningkatkan dan menumbuhkan kesadaran manusia tentang

³⁴ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Jakarta: UII press, 2001), hal.63

eksistensinya sebagai makhluk hidup dan Kahlifah Allah Swt dimuka bumi ini, sehingga setiap aktifitas dan tingkah lakunya tidak keluar dari tujuan hidupnya yakni untuk menyembah atau mengabdikan kepada Allah.³⁵

Ainur Rahim Faqih dalam bukunya bimbingan dan konseling Islam dalam islam, membagi tujuan Bimbingan dan Konseling Islam dalam tujuan umum dan tujuan khusus.³⁶

- 1) Tujuan umumnya adalah membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.
- 2) Tujuan khususnya adalah:
 - a) Membantu individu agar tidak menghadapi masalah.
 - b) Membantu individu untuk mengatasi masalah yang dihadapinya.
 - c) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.

c. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Adapun fungsi dari bimbingan dan konseling Islam secara spesifik yakni sebagai berikut :

- 1) Fungsi pencegahan (*prevention*)

Menghindari segala sesuatu yang tidak baik atau menjauhkan diri dari larangan Allah Swt. Jadi membantu individu untuk menjaga atau

³⁵ Hallen A. *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Quantum Teaching, 2005), hal 14

³⁶ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UII press, 2001), hal 35-36.

Artinya : “ Sungguh beruntung orang yang menyucikan jiwanya, dan sungguh merugi orang yang mengotori jiwanya”.

Fungsi perbaikan diri dimaksudkan untuk membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya. Yakni mengatasi suatu perbuatan yang sudah terlanjur terjerumus ke dalam kemaksiatan.³⁸

Fungsi Preservatif yakni membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) menjadi baik (terpecahkan), dan kebaikan itu tertahan lama.³⁹

Fungsi ini yakni untuk membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkan menjadi sebab

³⁹ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UII press, 2001), hal 35-37.

Bimbingan dan Konseling Islam Mempunyai beberapa atau komponen yang saling berkaitan dan saling berhubungan satu sama lain adapun unsur-unsur tersebut yakni terkait dengan konselor, klien dan masalah yang dihadapi. Penjelasan selengkapnya adalah sebagai berikut.

Menurut Latipun dalam bukunya psikologi konseling, menyatakan bahwa konselor adalah orang yang amat bermakna bagi konseli, konselor menerima apa yang amat bermakna bagi konseli, konselor menerima apa adanya dan bersedia sepenuh hati membantu konseli mengatasi masalah dan dimasa kritis sekalipun untuk menyelamatkan konseli dari keadaan yang tidak menguntungkan baik untuk jangka panjang dalam kehidupan yang terus berubah.⁴¹ Hasan langgulung mengatakan bahwa konselor yaitu orang yang memiliki pengetahuan dan berbagai cara psikologis yang selalu ada dalam proses konseling.⁴²

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, dapat penulis simpulkan bahwa konselor adalah orang yang memiliki pengetahuan dan hak untuk

⁴² Hasan Langgulung, *Teori-teori kesehatan mental*, (Jakarta: pusaka Al-Husnah, 1992), hal 452

Syarat-syarat yang harus dimiliki oleh seorang konselor yakni.⁴³

- ## 2. Konseli

⁴³ Elfi Muawanah, *Bimbingan dan Konseling Islam Sekolah Dasar* (Jakarta: Bumi Aksar, 2012), hal 142

[illegible]

merupakan orang yang perlu Memperoleh perhatian sehubungan dengan masalah yang dihadapinya.⁴⁵

Berdasarkan pendapat diatas dapat penulis menyimpulkan bahwa konseli merupakan seorang individu yang mempunyai masalah dan tidak mampu untuk menyelesaikan sendiri sehingga membutuhkan bantuan orang lain. Kartini Kartono mengatakan bahwa syarat menjadi klien hendaknya mempunyai sikap dan sifat sebagai berikut:⁴⁶

a) Terbuka

Keterbukaan klien akan sangat membantu jalannya proses konseling artinya, klien bersedia untuk mengungkapkan segala sesuatu yang demi diperlukan demi suksesnya proses konseling.

b) Sikap percaya

Klien harus percaya kepada konselor agar konseling dapat berjalan dengan lancar secara maksimal. Artinya konseli harus percaya bahwa konselor benar-benar bersedia menolong dan percaya bahwa konselor tidak akan membocorkan rahasianya kepada siapapun.

c) Bersikap jujur

Seorang klien yang bermasalah harus bersikap jujur, agar masalahnya dapat teratasi. Artinya konseli harus jujur mengemukakan data-data yang benar jujur mengakui baha masalah yang sebenarnya ia alami.

⁴⁵ Latipun, *Psikologi Konseling*, (malang:UMM press, 2005), hal 51.

⁴⁶ Kartini Kartono, *Bimbingan dan Dasar-dasar Pelaksanaannya*, (Jakarta: CV. Rajawali 1985), hal 47-49.

d) Bertanggung jawab jawab

Apabila klien merasa bertanggung jawab untuk mengatasi masalahnya sendiri, maka hal ini akan menyebabkan ia bersedia dengan sungguh-sungguh melibatkan dirinya dan ikut berpartisipasi dalam proses konseling. Firman Allah SWT dalam Q.S Luqman ayat 13.

وَإِذْ قَالَ لُقْمَانُ لِابْنِهِ وَهُوَ يَعِظُهُ يَا بُنَيَّ لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ)

(۱۳)

Artinya :Dan (ingatlah) ketika Luqman berkata kepada anaknya, ketika dia memberi pelajaran kepadanya, “wahai anakku janganlah engkau mempersekutukan Allah, sesungguhnya mempersekutukan (Allah) adalah benar-benar kezaliman yang besar.”

3. Masalah

W.S Winkel mengatakan masalah adalah sesuatu yang menghambat, merintang, mempersulit dalam segala usaha mencapai sesuatu. Bentuk kongkret dari hambatan atau rintangan itu bermacam-macam misalnya: godaan, gangguan dari luar, tantangan yang ditimbulkan oleh situasi hidup.⁴⁷ Schneiders dalam bukunya yang berjudul “psikologi konseling” mengatakan bahwa konseling dilakukan

⁴⁷ W.S Winkel, *Bimbingan dan Konseling di institusi pendidikan disekolah menengah*,(Jakarta: Gramedia, 1889), hal. 56.

Menurut H.M Arifin dalam bukunya Aswadi menerangkan bahwa beberapa jenis masalah yang dihadapi seseorang atau masyarakat yang memerlukan bimbingan konseling Islam yaitu:⁴⁹

- a) Masalah perkawinan
- b) Problem karena ketegangan jiwa atau syarat
- c) Prolem tingkah laku sosial
- d) Problem karena masalah alkoholisme
- e) Dirasakan problem tapi tidak dinyatakan dengan jelas serta khusus memerlukan bantuan.

Berdasarkan penjelasan diatas maka masalah yang ditangani oleh Bimbingan dan Konseling Islam adalah masalah-masalah psikologi ringan yang seara langsung berhubungan langsung dengan kehidupan sehari-hari.

⁴⁹ Aswadi, *iyadah dan tazkiyah perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, hal 27-28

3) Asas-asas Lillahi Ta'ala

Bimbingan dan Konseling Islam diselenggarakan atas dasar semata-mata karena Allah Swt baik konselor melakukan tugas dan kewajibannya dengan penuh ikhlas, tanpa pamrih, sementara klien mampu menerima bimbingan dan konseling dengan ikhlas dan rela karena semua akan dilakukan untuk mengabdikan kepada Allah Swt sesuai dengan fungsi dan tugasnya sebagai makhluk Allah yang harus senantiasa mengabdikan.⁵³

4) Asas-asas Bimbingan seumur hidup

Manusia hidup tidak ada yang sempurna dan bahagia maka dikehidupan ini saja mungkin manusia akan menjumpai berbagai kesulitan dan kesusahan. Oleh karena itu diperlukan bimbingan selama hayat masih dikandung badan.⁵⁴ Kesenjangan bimbingan dan konseling ini dilihat dari kenyataan hidup dan dapat pula dilihat dari sudut pendidikan, pendidikan sendiri berasaskan pendidikan seumur hidup disemua orang Islam tanpa membedakan usia.⁵⁵

5) Asas Kesatuan Jasmani dan Rohani

Bimbingan dan Konseling Islam memerlukan klien sebagai makhluk jasmaniyah. Rohaniyah tidak akan memandang sebagai makhluk biologis semata atau makhluk rohaniyah semata.

⁵³ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UII press, 2001), hal 24-25

⁵⁴ Aswadi, *iyadah dan tazkiyah perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, hal 29.

⁵⁵ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UII press, 2001), hal 25

6) Asas Keseimbangan Ruhaniyah

7) Asas Kemajuan Individu

8) Asas sosialitas Manusia

Manusia merupakan makhluk sosial, pergaulan, cinta kasih, rasa aman, penghargaan terhadap diri sendiri dan lain sebagainya,

⁵⁸ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UII press, 2001), hal 28

9) Asas kekhalifaan Manusia

10) Asas Keselaran dan keadilan

Islam menghendaki keharmonisan, keselarasan, keseimbangan, keseraian dalam segala hal. Dengan kata lain, Islam menghendaki manusia berlaku “adil” terhadap hak dirinya

⁶¹ Anur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UII press, 2001), hal 30

sebagai makhluk Allah.⁶⁵ Konselor diberi kehormatan oleh klien karena dirinya dianggap mampu memberikan bantuan mengatasi masalahnya. Sementara klien diberi kehormatan atau dihargai oleh konselor dengan cara dia bersedia untuk diberikan bantuan atau dibimbing seperti kasus yang relatif sederhana.⁶⁶

filosof Bimbingan dan Konseling Islam harus berdiri diatas prinsip ajaran Islam, antara lain:⁶⁹

- 1) Bahwa nasehat itu merupakan salah satu pilar agama yang merupakan pekerjaan mulia.
- 2) Konseling Islam harus dilakukan sebagai sebuah pekerjaan ibadah yang dikerjakan semata-mata mengharap ridho Allah.
- 3) Tujuan praktis konseling Islam adalah mendorong konseli agar selalu ridho terhadap hal-hal yang mudhorot.
- 4) Konseling Islam juga menganut prinsip bagaimana konseli dapat keuntungan dan menolak kerusakan.
- 5) Meminta dan memberi bantuan hukumnya ajib bagi setiap orang yang membutuhkan.
- 6) Proses pemberian konseling harus sejalan dengan tuntutan syari'at Islam.
- 7) Pada dasarnya manusia memiliki kebebasan untuk memutuskan sendiri perbuatan baik dan yang akan dipilih.

f. Langkah-langkah dalam Bimbingan dan Konseling Islam, diantaranya adalah sebagai berikut:⁷⁰

1) Identifikasi Kasus

Langkah ini dimaksudkan untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak. Dalam langkah ini pembimbing mencatat kasus-

⁶⁹ Aswadi, *iyadah dan tazkiyah perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, hal 31-32

⁷⁰ Djumhur dan Moh. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung CV. Ilmu, 1975), hal 104-106

3) Prognosa

4) Terapi

5) Evaluasi dan *Follow Up*

[illegible]

bisa dilakukan terhadap situasi kecuali menerima begitu saja. Klien tidak melihat dirinya telah punya masukan atau kendali atas kehidupannya. Klien dibantu menyadari bahwa ia bertanggung jawab atas hal yang terjadi pada dirinya. Dialah yang harus memutuskan apakah harus mengubah situasi kehidupannya atau membiarkan tidak berubah.”⁷³

Pendekatan Gestalt berpendapat bahwa individu yang sehat secara mental adalah :

- [illegible]

- 1) Kurang kontak dengan lingkungan, yaitu individu menjadi kaku dan memutuskan hubungan antara dirinya dengan orang lain dan lingkungan.
- 2) *Confluence* yaitu individu terlalu banyak memasukkan nilai-nilai lingkungan pada dirinya sehingga mereka kehilangan pijakan dirinya dan kemudian lingkungan yang mengontrol dirinya.
- 3) *Unfinished business* yaitu orang yang memiliki kebutuhan yang tidak terpenuhi, perasaan yang tidak terekspresikan dan situasi yang belum selesai yang mengganggu perhatiannya (yang mungkin dimanifestasikan dalam mimpi).
- 4) *Fragmentasi* yaitu orang yang mencoba untuk menemukan atau menolak kebutuhan .
- 5) *Topdog/underdog* yaitu orang yang mengalami perpecahan dalam kepribadiannya yaitu antara apa yang mereka pikir “ harus” dilakukan (*topdog*) dan apa yang mereka “inginkan” (*underdog*).
- 6) *Polaritas/dikotomi* yaitu orang yang cenderung untuk (bingung dan tidak dapat berkata-kata (*speechless*) pada saat terjadi pada dirinya seperti antara tubuh dan pikiran (*body and mind*) antara diri dan lingkungan (*self-external world*) antara emosi dan kenyataan (*emotion-reality*).

- Terapi gestalt juga mengatakan bahwa manusia bertujuan untuk *wholeness* (diri yang utuh) dan integrasi diri dari pikiran perasaan dan tingkah laku. Manusia memiliki kemampuan untuk mengenali pengaruh masa lampau terhadap masa sekarang.⁷⁵ Penekanan pada *here me now* (keadaan saat ini dan sekarang). Menurut Perls manusia sehat adalah mereka yang mampu bertindak secara produktif dalam melaksanakan tugas dalam kehidupan dan secara yakin bergerak menuju pertumbuhan dan pemeliharaan diri (*self-preservation*). Setiap manusia dapat menanggapi dengan berhasil atas masalah yang dialaminya dan kemampuan untuk melakukan tindakan dengan efektif.⁷⁶ Oleh karena itu

⁷⁶ Eko Darminto, *Teori-Teori Konseling*, (Surabaya: UNESA University Press 2007), hal. 85.

Manusia dapat melakukan banyak cara untuk mencapai kesadaran salah satunya adalah dengan melakukan kontak dengan lingkungan. Ini dilakukan dengan fungsi tujuh indera yaitu melihat, mendengar, menyentuh, berbicara, bergerak, tersenyum dan merasakan. Melalui dengan kontak lingkungan seorang dapat merasakan dan belajar tentang lingkungan sekitar dan rasa memiliki terhadap lingkungan. Orang yang menghindari kontak dengan lingkungan mungkin merasa bahwa dirinya dilindungi mereka tetapi sebenarnya mereka sedang membentuk hambatan tentang aktualisasi dirinya. Konseling Gestalt juga menekankan pada pentingnya manusia untuk mengambil tanggung jawab pribadi bagi kehidupannya sendiri, tidak menyerahkan pada orang lain dan tidak juga menyalahkan orang lain atas kegagalan maupun kekecewaan.⁷⁸

1) Akibat stimulasi lingkungan, kesadaran dan perhatian individu tersebut terpecah.

⁷⁸ Retno Tri Hariastuti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hal. 58.

- 3) Membantu klien menghilangkan hambatan dalam mengembangkan kesadaran diri.⁸¹

d. Peran dan Fungsi Konseling Gestalt

Dalam proses konseling gestalt , konselor mempunyai peran dan fungsi yaitu:

- 1) Konselor memfokuskan pada perasaan, kesadaran, bahasa tubuh, hambatan energi dan hambatan untuk mencapai kesadaran yang ada pada konseli.
- 2) Konselor adalah “*artistic participant*” yang memiliki peranan penting dalam menciptakan hidup baru bagi konseli.
- 3) Konselor berperan sebagai *projection screen*.
- 4) Konselor harus dapat membaca dan menginterpretasikan bentuk-bentuk bahasa yang dilontarkan konseli.⁸²

Hubungan antara konselor dan konseli adalah aspek yang paling penting dalam kegiatan konseling. Hubungan dengan terapi gestalt menekankan pada empat karakteristik dialog yaitu:

- 1) Inklusi (*inclusion*)

Inklusi adalah menempatkan individu sepenuhnya dalam pengalaman orang lain tanpa menilai, menganalisis dan menginterpretasikan secara terperinci tentang perasaan individu, kemandirian individu. Pendekatan ini. Inklusi menempatkan lingkungan konseli dengan penuh pemahaman terhadap pengalaman konseli sehingga membantu mempersadar dirinya.

⁸¹ Sofyan S.Wills, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, hal.66-67.

⁸² Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, hal 310.

b) Fase kedua. Melaksanakan (*control*) yaitu usaha untuk menyakinkan konseli untuk mengikuti prosedur konseling. Dalam fase ini dilakukan dua hal:

- [illegible]

f. Tahap- tahap Konseling Gestalt

Proses konseling Gestalt terjadi dalam tahapan tertentu yang fleksibel. Tiap-tiap tahap memiliki prioritas dan tujuan tertentu yang membantu konselor dalam mengorganisasikan proses konseling. Tahapan-tahapan tersebut adalah:

1) Tahap pertama (*the beginning phase*)

⁸⁵ Mohammad Surya, *Teori-Teori Konseling*, (Bandung: Pusaka Bani Quraisy, 2003), hal.63-64

Pada tahap ini terdapat beberapa langkah yaitu:

- a) Menghadapi hal-hal yang tidak diketahui dan mempercayai regulasi diri klien untuk berkembang.
 - b) Memiliki kembali bagian dari diri konseli yang tadinya hilang atau tidak diakui.
 - c) Memusatkan suatu keputusan eksistensinya untuk hidup dan terus berjalan.
 - d) Bekerja secara sistematis dan terus-menerus dalam mengatasi keyakinan konseli dengan unsur kehidupan konseli yang negatif.
 - e) Memilih hidup dengan keberanian menghadapi ketidakpastian.
 - f) Berhubungan dengan makna-makna spiritual.
 - g) Mengalami sebuah hubungan perbaikan yang terus menerus berkembang.
- 4) Tahap keempat (*integration*)

Pada tahap ini konseli sudah mulai mengatasi masalah yang dihadapi sebelumnya dan mulai menerapkan keseluruhan diri (*self*), pengalaman dan emosi dalam pandangan yang baru telah konseli terima mulai dari keemasan, ketidakpastian, dan ketakutan serta menerima tanggung jawab atas kehidupannya sendiri. Tahap ini terdiri dari beberapa langkah diantaranya sebagai berikut:

[illegible]

a. Pengertian Self Control

Menurut Chaplin self control adalah kemampuan untuk mengontrol tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekankan tingkah laku.⁸⁸ Orang yang melakukan kontrol diri akan dengan jelas memperlihatkan bahwa

⁸⁸ James P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1993), hal.450.

Menurut Ghufroon kontrol diri merupakan suatu pengendalian tingkah laku artinya harus mempertimbangkan sesuatu sebelum memutuskan untuk bertindak sedangkan Carlson juga mengartikan kontrol diri sebagai kemampuan seseorang untuk merespon akan situasi yang sedang terjadi. kontrol ada tingkatannya pertama secara sadar akan masa depan dan rencana untuk membentuk tingkah laku. Kedua, untuk control diri dijelaskan oleh hukum efek relatif yaitu bahwa penanganan tingkah laku dilakukan dimasa yang akan datang. Individu akan membagi tingkah laku mereka menurut keuntungan yang berkaitan dengan tindakan yang dilakukan.⁹⁰

⁸⁹ Danuyasa Asihwardi, *Ensiklopedi Psikologi*(Jakarta: Arcan, 1996), hal.272-273

[illegible]

- 1) Dapat melakukan kontrol diri yang bisa diterima dilingkungan sosial.
- 2) Dapat memahami beberapa banyak kontrol yang dibutuhkan untuk memuaskan kebutuhannya dan sesuai dengan harapan masyarakat.
- 3) Dapat menilai situasi secara maksimal sebelum merespon dan memutuskan cara beraksi terhadap situasi.⁹²

Dari penjelasan diatas tentang kontrol diri dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan suatu usaha untuk mengendalikan tingkah laku dan merespon serta melakukan pertimbangan terlebih dahulu sebelum bertindak dan segala konsekuensi yang akan diterimanya dikemudian hari.

Menurut Prijosaksono kontrol diri memiliki dua dimensi yaitu mengendalikan emosi dan disiplin. Mengendalikan emosi berarti individu mampu mengenali dan memahami serta mengolah emosinya tersebut. Sedangkan disiplin harus dilakukan secara konsisten dan teratur untuk mencapai tujuan. Averill dalam Winda, ciri-ciri kontrol diri yang mengacu pada ciri-ciri kontrol personal yaitu kemampuan mengontrol tingkah laku dan stimulus kemampuan untuk menafsirkan dan mampu mengontrol

⁹² Aribowo Prijosaksono, Kuasai dan Kendalikan Dirimu, (dalam <http://www.sinarharapan.co.id/ekonomi/mandiri/2012/0160/man01.html>) diakses pada 05/01/2019.

- Kemampuan untuk mengontrol perilaku yang ditandai dengan kemampuan untuk menghadapi situasi yang tidak diinginkan dengan cara mencegah dan mampu mengatasi guncangan emosinya.
- Kemampuan untuk menunda kepuasan dengan segera untuk mengatur perilaku agar dapat mencapai sesuatu yang lebih berharga dan bisa diterima dimasyarakat.
- Kemampuan untuk mengatisipasi peristiwa melalui pertimbangan yang matang.
- Kemampuan untuk menafsirkan peristiwa dan mampu untuk menilai suatu keadaan dengan cara memperhatikan dari berbagai sudut secara subjektif.
- Kemampuan untuk mengontrol diri dengan cara memilah tindakan berdasarkan pada suatu yang diyakini.

[illegible]

Sedangkan menurut Averill membagi kontrol diri dalam beberapa aspek yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif dan mengontrol keputusan.

Kontrol perilaku merupakan kesiapan untuk merespon secara langsung dalam suatu keadaan. Dalam kontrol perilaku ada dua jenis yaitu *pertama*, mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) yaitu kemampuan mengatur dan menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. *Kedua*, membentuk stimulus (*stimulus modifiability*), kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki terjadi.

Langkah yang dapat digunakan dalam menghadapi kejadian yang tidak menyenangkan itu adalah sebagai berikut:

- Mencegah atau menjauhi.
- Menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung.

[illegible]

2) Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kontrol Kognitif merupakan kemampuan dalam megolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menilai atau menghubungkan suatu kejadian, kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologi atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri dari dua komponen yaitu; memperoleh informasi dan menilai informasi. Dengan informasi yang dimiliki individu akan suatu kejadian yang tidak menyenangkan maka, individu dapat mengatisipasinya dengan berbagai pertimbangan serta bisa menilai dan menganalisis kejadian.

3) Mengontrol keputusan (*Decesional Control*)

Mengontrol keputusan adalah kemampuan individu untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada suatu yang diyakini atau disetujuinya. Keputusan tindakan yang tidak didasarkan pada pertimbangan yang matang akan mengakibatkan kecemasan pada individu. Dari ulasan diatas dapat disimpulkan bahwa untuk engontrol diri meliputi aspek-aspek berikut:

- 1) Kemampuan mengontrol perilaku (*Behavior contol*)
- 2) Kemampuan dalam meengontrol kognitif (*Cognitive Contro*)
- 3) Kemampuan dalam mengontrol keputusan (*Desesional Control*)

B. Penelitian Dahulu yang Relevan

1. Layanan Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Realitas Untuk Meningkatkan Self Control Seorang anak didesa Gumeng bungah Gresik oleh M. faiz Hisyam tahun 2016. menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi.

a. Persamaan

Dalam penelitian ini yang dilakukan menggunakan teknik wawancara,observasi dan dokumentasi serta menggunakan metode kualitatif.

b. Perbedaan

Pada penelitian terdahulu menggunakan teknik realitas untuk tingkah lakku yang bertanggung jawab di desa Gumeng Bungah Gresik.

2. Layanan Judul Bimbingan Konseling Islam dengan terapi Gestalt dalam Menangani Pos Power Syndrom Seorang Pension Tentara dikelurahan Kemasan Krian Sidoarjo oleh Putri Anugrah Ragil tahun 2016

a. Persamaan

Dalam penelitian ini persamaan nya terletak pada teori yang digunakan yaitu teori Gestalt dimana teori tersebut mengenai tentang cara untuk bertanggung jawab pada diri sendiri penelitian menggunakan teknik wawancara,observasi dan dokumentasi serta menggunakan metode kualitatif.

b. Perbedaan

Dalam penelitian ini untuk mengetahui pos Poer Syndrom seorang pensiun tentanra di Krian Sidoarjo

3. Layanan Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Realitas Untuk Menanggapi Middle Child Syndrom di Pondok Pesantren Safinatun Huda Rungkut Surabaya oleh Sholihah Aimatus tahun 2016.

a. Persamaan

Dalam penelitian ini persamaannya terletak pada teori yang digunakan yaitu teori Gestalt dimana teori tersebut mengenai tentang cara bertanggung jawab pada diri sendiri penelitian ini menggunakan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi.

b. Perbedaan

Dalam penelitian ini untuk menanggapi Middle Child Syndrom di pondok pesantren Safinatun Naja Rungkut Surabaya.

PENYAJIAN DATA

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Desa Bandarkedungmulyo merupakan salah satu Desa yang terletak di Kecamatan Bandarkedungmulyo. Secara umum karakteristik wilayah Desa Bandarkedungmulyo dapat dilihat dari aspek fisik yang meliputi letak, luas, topografi dan kondisi iklim. Desa Bandarkedungmulyo merupakan Desa yang terletak \pm 1,5 Km dari pusat Pemerintahan Kecamatan Bandarkedungmulyo. Secara administrative batas – batas Desa Bandarkedungmulyo adalah sebagai berikut :

Sebelah Timur : Desa Gondangmanis Kec.Bandarkedungmulyo

Desa Bandarkedungmulyo terdiri dari 5 Dusun 12 RW (Rukun Warga) dan 32 RT (Rukun Tetangga). Perincian 5 Dusun tersebut adalah sebagai berikut :

- a) Dusun Bandar : 08 RT dan 2 RW
- b) Dusun Bra'an : 04 RT dan 2 RW
- c) Dusun Plosorejo : 04 RT dan 2 RW
- d) Dusun Kedungasem : 04 RT dan 2 RW

Konselor dalam penelitian ini adalah seorang mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Mahasiswa ini menjadi peneliti, adapun biodata konselor adalah sebagai berikut:

1) Identitas

Nama : Ana laksana Wati

Tempat, Tanggal Lahir : Jombang, 30 September 1996

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

2) Riwayat Pendidikan

TK : RA Muslimat Brangkal 1

MI/SD : MI Raudlatul Ulum 1

Mts/SMP : Mts. Al-As'ariyah Banjarsari

MA/SMA : MAN 10 JOMBANG

Tahun 2015 hingga sekarang peneliti sekaligus konselor Sedang menempu pendidikan di UIN Sunan Ampel Surabaya, tepatnya di Fakultas Dakwah dan Komunikasi, jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.

b. Deskripsi konseli

Konseli adalah orang yang sedang menghadapi masalah karena dia sendiri tidak mampu untuk menyelesaikan masalahnya. Dalam kamus *the Merriam-webster Online Ditionary*, konseli merupakan orang yang dikonseling secara proesional. Adapun yang menjadi penelitian ini adalah

lulus hanya ditingkat SLTP kadang ada juga yang lulus hanya sekolah dasar saja karena orang pada aman dulu pendidikannya tidak tinggi

4) Latar belakang ekonomi

Untuk latar belakang ekonominya bapak konseli sebagai guru ngaji dan petani untuk ibunya sendiri sebagai ibu rumah tangga jadi untuk kebutuhan sehari-hari dulu hanya mengandalkan si bapaknya. Dan dari keempat saudaranya lebih memilih untuk merantau ke Jakarta dan tinggal disana.

5) Latar Belakang keagamaan

Untuk latar belakang sendiri konseli juga lumayan bagus dalam hal keagamaannya hanya saja yang membedakan konseli membuka salon dirumah dan otomatis juga akan berdampak pada kesehariannya. Dan kebetulan juga bapaknya dulu seorang guru ngaji

6) Latar belakang sosial

Untuk latar belakang konseli beraneka ragam tapi apada umunya semua warga setempat berprofesi sebagai petani, dan respon masyarakat sekitar terhadap profesi konseling tidak terlalu dipermasalahkan karena konseli juga pernah mengikuti organisasi tentang pemberantasan sosialisasi pemberantasan HIV pada komunitasnya tersebut dan juga ada manfaatnya.

a. Tidak mampu mengontrol diri

[illegible]

2. Deskripsi Data Tentang Proses Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Gestalt Untuk Meningkatkan *Self Control* Seorang Pria

a. Identifikasi masalah

[illegible]

Berdasarkan pengumpulan data dari informan yang terdapat pada identifikasi masalah maka konselor menetapkan maslaah utama yang dihadapi oleh konseli yaitu dalam diri konseli masih belum bisa mengontrol dirinya akibat konseli berkerja di Hair Staylist dan tidak bisa mengatasi peristiwa yang terjadi pada masa padanya.

Berdasarkan data yang diperoleh pada proses identifikasi masalah dan langkah dari prognosa ini yaitu untuk menetapkan sebuah alternative tindakan sebagai jalan untuk menyelesaikan masalah dengan terapi Gestalt agar kontrol diri konseli dapat berkembang dan meningkat.

Terapi atau *Treatmen* yaitu proses pelaksanaan pemberian bantuan dan bimbingan oleh konselor pada konseli, pada langkah ini konselor berusaha memberikan bantuan dengan beberapa teknik yang ada pada terapi Gestlat sebagai berikut:

- [illegible]

Membantu konseli menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan menggunakan *teknik topdog/underdog*. Dengan dia bekerja Hair staylist perilaku mulai sedikit berubah mulai dari penampilan, lembek seperti halnya perempuan serta gaya berbusana yang agak ketat. Dalam tahap ini konseli diajak untuk menilai dan konselor memberikan dorongan dan ceramah mengenai tindakan konseli itu tidak benar dan juga akan berdampak kalau tidak ada perubahan dalam diri klien. dan sesuai dengan tekniknya maka konselor disini menggunakan teknik *topdog/underdog*. Caranya *topdog* dengan klien duduk dikursi kosong yang telah disediakan. Ketika klien duduk maka proses konseling akan dimulai dan konselor fokus dalam *topdog/underdog*, mulai dengan mencerahmi serta menekan klien dalam rangka menuju pribadi yang lebih baik lagi dan sesuai dengan kodrat yang telah diberikan padanya. Yang awalnya pada sesi konseling pertama dengan kondisi konseli rambutnya panjang, gaya berbusana, gaya lembek seperti halnya perempuan serta tidak bisa mengantisipasi peristiwa yang terjadi dengan terpengaruh pada pekerjaan di Hair Styalist. Dengan menggunakan Terapi Gestalt dengan Teknik *topdog/underdog* setelah beberapa kali melakukan proses konseling perlahan mulai ada perubahan pada diri konseli karena untuk teknik *topdog/underdog* lebih menekankan pada untuk berperilaku baik seperti penampilan dan gaya lembek seperti halnya perempuan sedikit mulai berkurang.

e. Evaluasi atau *follow up*

Setelah terapi dilakukan selanjutnya adalah melakukan langkah evaluasi atau *follow up*, pada langkah ini konselor melihat sejauh mana keberhasilan dalam proses konseling yakni dengan cara mengamati perubahan yang terjadi pada konseli. Sehingga dengan langkah ini dapat diketahui efektif tidaknya proses terapi dengan menggunakan terapi Gestalt.

Setelah diadakan proses konseling konseli mengalami perubahan pada dirinya baik secara penampilan maupun lambaian nya dalam serilaku sehari-hari. Walaupun perubahan tidak terlihat secara langsung melainkan secara bertahap, konseli sekarang sudah mulai berubah dari penampilan, gaya lembek seperti halnya seorang perempuan dan gaya berbusana. tidak seperti pertama saat sesi wawancara pertama.

3. Deskripsi Data Tentang Hasil Proses Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Terapi Gestalt Untuk Meningkatkan *Self Control* Seorang Pria

Setelah proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi Gestalt untuk meningkatkan *self control* pada seorang pemuda di desa krapak kedung gabus Bandarkedungmulyo Jombang, maka hasil dari bimbingan konseling Islam dapat diketahui dengan adanya perubahan yang terjadi pada konseli, hal tersebut didapatkan peneliti berdasarkan pengamatan secara langsung dan wawancara dengan konseli secara langsung.

Perubahan yang terjadi pada diri konseli yaitu sudah lebih baik lagi dari pada sebelumnya yakni dalam hal penampilan dan gaya lambaiannya, perubahan perilakunya tersebut bisa diterima dengan baik dan konseli juga

sudah memulai dan mampu mengontrol perilakunya dan dapat beristiqomah dengan baik.mengenai hasil akhir dari pemberian proses bimbingan dan konseling islam dengan terapi Gestalt terhadap konseli dibawah ini merupakan tabel tentang perubahan yang terjadi pada diri konseli setelah proses konseling dilakukan dari hasil pengamatan atau obserasi konselor terhadap konseli.

Tabel 2.2

Penyajian data hasil setelah proses

Bimbingan dan Konseling Islam

No	Indikasi yang terjadi	Sesudah konseling		
		A	B	C
1.	Mampu mengontrol perilaku (penampilan (rambut panjang, gaya berbusana, dan gaya lembek seperti halnya perempuan)		√	
2.	Mampu mengantisipasi peristiwa yang terjadi		√	

Keterangan:

A : Mampu

B : Cukup Mampu

C : Tidak mampu

ANALISIS DATA

Berdasarkan hasil di lapangan, maka peneliti dapat menganalisis dengan menggunakan analisis deskriptif Komperatif, yakni membandingkan antara teori yang ada denga data yang diperoleh dilapangan, yang akan peneliti bandingkan dalam tabel berikut:

Perbandingan antara teori dan Lapangan mengenai gejala-gejala seorang pemuda yang kurang memiliki *Self Control*

Data teori	Data empiris/ lapangan
<p>Averill dalam winda, ciri-ciri kontrol diri mengacu pada ciri-ciri control personal yaitu:</p> <p>Tidak bisa mengontrol perilaku dan stimulusnya</p> <p>Tidak bisa mentafsirkan dan mengatisipasi peristiwa.</p> <p>Mengontrol dirinya dalam membuat keputusan.</p> <p>Orang yang masuk pada kategori</p>	<p>konseli kurang bisa mengontrol perilakunya dibuktikan dengan penampilan, gaya berbusana, gaya lembek seperti halnya perempuan, serta tidak bisa mengatisipasi peristiwa yang terjadi sekarang.</p> <p>Konseli kurang mampu mengontrol sikapnya dikarenakan pekerjaannya</p>

mempunyai kontrol diri tinggi ketika ia mampu mengontrol ketiga varian tersebut sedangkan orang memiliki system kontrol diri yang rendah ketika orang itu tidak bisa mengontrol perilaku dan stimulusnya, tidak bisa mentafsirkan dan mengantisipasi peristiwa serta tidak bisa mengontrol dirinya dalam membuat keputusan,	
---	--

	Langkah yang digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang berfungsi untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada klien.	dari wawancara pada klien itu sendiri. Sehingga data yang diperoleh tersebut dirasa cukup untuk melihat masalah yang nampak pada klien. Dari hasil observasi dan wawancara konselor dengan klien menunjukkan bahwa klien memang kurang memiliki <i>Self Control</i>
	Diagnose Langkah dalam menetapkan masalah yang dihadapi klien beserta latar belakangnya.	Melihat dari hasil identifikasi masalah maka dapat disimpulkan bahwa seorang pemuda tersebut mengalami masalah yaitu dalam hal tidak bisa mengontrol dirinya seperti rambutnya panjang menyerupai perempuan dan gayanya yang sedikit lembek serta gaya pakaian yang ketat
	Prognosa Menentukan jenis bantuan atau dengan Terapi Gestalt dengan teknik <i>Topdog/Underdog</i> yang sesuai dengan permasalahan klien. Langkah ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan dari diagnosis	Menetapkan jenis bantuan berdasarkan diagnose yaitu berupa bantuan dengan bimbingan dan konseling Islam dengan menggunakan terapi Gestalt karena kasus ini masalahnya berdasarkan data-data yang diperoleh pada proses identifikasi dan kesimpulan dari langkah diagnose, dalam hal ini

		<p>konselor menetapkan alternatif tindakan sebagai jalan untuk membantu penyelesaian masalah konseli yaitu, konselor menggunakan terapi Gestalt dengan teknik yang ada pada terapi Gestalt, yaitu dengan teknik <i>topdog/underdog</i>, tujuannya agar kontrol diri pada konseli dapat meningkat sehingga diharapkan terjadi perubahan tingkah laku.</p>
	<p>.Terapi/Treatment</p> <p>Tahap ini adalah tahap pelaksanaan bantuan yang telah ditetapkan pada langkah prognosa. Dalam tahap ini konselor memberikan bantuan dengan jenis terapi yaitu</p> <p>Membantu konseli dengan teknik <i>topdog/underdog</i></p>	<p>Dalam usaha mengatasi masalah kurang memiliki kontrol diri yang dialami oleh klien, konselor disini berusaha untuk menyadarkan klien mengenai identitas diri klien dan kenyataan yang ada. Untuk membantu permasalahan klien dan konselor merumuskan langkah-langkahnya yaitu:</p> <p>Membantu konseli dengan cara menempatkan satu bagian untuk menceramahi, mendorong untuk berperilaku baik. Dengan cara ini maka klien akan berfikir dan mencermati apa</p>

Tahap selanjutnya setelah melakukan identifikasi masalah adalah tahap diagnosis, pada tahap ini konselor menetapkan masalah yang dialami konseli merujuk pada hasil proses identifikasi masalah terhadap konseli, konselor menetapkan bahwa terdapat kurangnya Self Control pada seorang pria di Dusun Krapak Kedung Gabus Bandar kedungmulyo Jombang. Terdapat gejala yang tampak pada diri konseli seperti gaya berperenampilan gaya berbusana serta gaya lembek seperti halnya seorang perempuan. Dalam hal ini konseli juga kurang mampu dalam mengantisipasi peristiwa yang terjadi padanya.

[illegible]

C. Analisis Data Tentang Hasil Proses Bimbingan dan Konseling Islam

Untuk melihat hasil akhir dari proses bimbingan dan konseling Islam dengan terapi Gestalt yang dilakukan oleh konselor dalam meningkatkan *Self Control* seorang pria di Dusun Krapak Kedung Gabus Bandarkedungmulyo Jombang, maka analisis data dapat dilakukan dengan membuat skala perbandingan perbahan yang terjadi pada konseli agar dapat terlihat hasil atau tidaknya proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi Gestalt yang dilakukan oleh konselor. Adapun keberhasilan proses Bimbingan dan Konseing Islam terlihat dari tabel skala dibawah ini:

B. Saran

1. Bagi konselor

[illegible]

Setiap orang pasti punya maslaah yang dialami maka dari itu tak perlu untuk berkecil hati karena maslaah tersebut bukanlah sebuah keluan yang harus dibesarkan. Ketidak mampuan dalam mengendalikan diri sendiri merupakan hal yang sangat sulit untuk dipecahkan apabila seseorang tidak dapat mengontrolnya dengan baik. Solusi terbaik salah satunya adalahh meminta pendapat atau saran kepada orang yang dirasa mampu dan nyaman dengan diri konseli.

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan kajian mengenai peningkatan *Self Control* dapat menindak lanjuti penelitian dengan sebaik mungkin agar kekurangan apaada penelitian ini dapat menjjadi sebuah rincian dan mengetahui bagaimana hasil dan prosesnya.

Penelitian ini diharapkan memberikan wawasan mengenai peningkatan *Self Control* terlebih dahulu apabila pembaca menemukan atau mengalami peristiwa yang sama dengan peristiwa yang diteliti oleh peneliti. Semoga dapat bermanfaat bagi kita semua Amin Yaa Robbal'Aalamin.

DAFTAR PUSAKA

- Asihwarji, Danuyasa, *Ensiklopedi Psikologi*, Jakarta: Arcan,1996
- Arikunto Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: PT.Rineka Cipta, 2002.
- Akbar Setia Purnomo dan Usman Husaini, *Metedologi Penelitian Sosial*, Jakarta: Bumi Aksara,1995.
- Amir, Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta: Amzah,2010
- Bungin Burhan, *Metode Penelitian Sosial: Format-Format Kuantitatif Kualitatif*, Surabaya: Universitas Airlangga. 2010.
- Darminto Eko, *Teori-Teori Konseling*. Surabaya: UNESA University Press.2007.
- Danim Sudarwan, *Menjadi Peneliti Kualitati.*, Bandung: CV Pusaka Setia.2002.
- Faqih, Ainur Rahim, *Bimbingan Konseling Islam*. Yogyakarta: UUI PRESS 2004.
- Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawati S. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta:Ar-Ruzz Media. 2011.
- Gunarsa Singgih D, *Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta: gunung Mulia,2007.
- Hariastuti Tri Retno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pusaka Pelajar. 2018.
- <http://garasikeabadian.blogspot.com/2013/03/pengendalian-diri-self-control.html>
- (Diakses pada taggal 18 september 2018, pukul 19.00 WIB)
- Komalasari dkk Gantina, *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta PT INDEKS. 2011.
- Kartono, Kartini dan Dali Gulo. *Kamus Psikologi*. Bandung: Pionir Jaya. 1987.
- Lesmana Murad Jeanette, *Dasar-Dasar Konseling*. jakarta: UI Press. 2005.
- Moelong Lexy J, *Metedologi Penelitian Kualitatif* (edisi revisi). Bandung: Remaja Rosdakarya.2005
- Margono S, *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta. 1998.
- Muhajir Noeng, *Metedologi Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Rake Sarasin,.1986.
- Nazir Moh. *Metode Penelitian*. (Jakarta: Ghalia Indonesia. 1998.

